

The background of the cover is an abstract painting with broad, expressive brushstrokes in shades of deep blue, purple, and white. The strokes are layered and textured, creating a sense of movement and depth. The overall color palette is cool and artistic.

# **Scheppende overgave**

Naar een levenskunst  
van dienstbaarheid en creativiteit

**Ria Weyens & Diet van Borselen**

# Hoe verbinden we spiritualiteit en maatschappelijke betrokkenheid?

De zoektocht van beide auteurs naar deze verbinding begon jaren geleden. Diet van Borselen werkte toen in Nederland bij de veiligheidsdienst binnen de directie voor terrorismebestrijding. Ria Weyens was mede oprichtster van een christelijk klooster in Zuid-India. In deze verschillende leefwerelden groeide een gelijksoortig verlangen. Voor Diet was het een verlangen naar eenvoud, een zoeken naar iets wat blijvend en verbindend is in deze complexe en gefragmenteerde wereld. Voor Ria was het een verlangen om de rust en de kracht van het innerlijk leven ook buiten de kloostermuren te beleven en door te geven.

Toen zij elkaar voor het eerst ontmoetten, was er meteen herkenning, alsof ze naar hetzelfde keken maar vanuit twee verschillende richtingen. Terwijl Diet zich afvroeg: 'Hoe kan ik in de hectiek van de wereld verbinding leggen met de Essentie?', vroeg Ria zich af: 'Hoe kan ik vanuit de Essentie in de hectiek van de wereld staan?'

Over hun zoektocht en de visie die daaruit ontstaan is, gaat dit boek. Het is een hoopvolle en uitdagende visie waarin de scheppende overgave beschreven wordt als bron van creativiteit en maatschappelijke dienstbaarheid. In dit boek worden universele inzichten uit religieuze tradities aangereikt in combinatie met persoonlijke ervaringen en praktische handreikingen.

Vanuit hun centrum, het Minnehof in het Begijnhof van Brugge, zetten de auteurs nu hun zoektocht voort, samen met anderen. Naast het aanbieden van workshops, trainingen en coaching, faciliteren zij een netwerk van maatschappelijke pioniers. In dit netwerk inspireren tochtgenoten elkaar om vanuit de kracht van de Essentie maatschappelijk betrokken te zijn.



## ONZE ZOEKTOCHT

---

Dit boek is het resultaat van een lange zoektocht. Dit zoeken begon jaren geleden toen we werkzaam waren in verschillende leefwerelden. Diet werkte in Nederland in de veiligheidsdienst binnen de directie voor terrorismebestrijding. Ria was mede oprichtster van een christelijk klooster in Zuid-India. In deze verschillende omgevingen groeide een gelijksoortig verlangen. Voor Diet was het een verlangen naar eenvoud, een zoeken naar iets wat blijvend en verbindend is in deze complexe en gefragmenteerde wereld. Voor Ria was het een verlangen om de rust en de kracht van het innerlijk leven ook buiten de kloostermuren te beleven en door te geven. Toen we elkaar voor het eerst ontmoetten, in 2004, was er meteen herkenning. We ontdekten in elkaar eenzelfde zoeken, alsof we naar hetzelfde keken maar vanuit twee verschillende richtingen. Terwijl voor Diet de vraag centraal stond: 'Hoe kan ik in de hectiek van de wereld verbinding leggen met de Essentie?', vroeg Ria zich af: 'Hoe kan ik vanuit de Essentie in de hectiek van de wereld staan?' De vruchten van onze zoektocht geven we weer in dit boek.

### De zoektocht van Diet

#### Anders leren kijken

Toen ik begin dertig was, werkte ik in de veiligheidsdienst. Daar lag voor mij de kiem van wat wij in dit boek de contemplatieve levenskunst noemen. In de veiligheidsdienst kreeg ik mijn eerste lessen in het 'anders kijken' naar de werkelijkheid. Daar leerde ik een open houding aan te nemen naar de wereld en me niet te laten leiden door oordelen en emoties. Wanneer ik me liet leiden door afschuw en verzet tegen geweld dat mensen pleegden, verblindde mij dit voor effectief optreden. Hoe groot mijn afkeer ook was, belangrijk was eerst de vraag te stellen: 'Wat is hier écht aan de hand?' Ik moest niet onmiddellijk gaan denken aan oplossingen, aan het bestrijden van het probleem. Dan werd ik meegesleept door mijn oordelen en dat vertroebelde mijn blik over wat 'goed' was of 'slecht'. Wat in eerste instantie 'goed' lijkt om te doen, kan later 'slecht' blijken te zijn en andersom. Hoe rauw het leven ook was, ik leerde eerst met een open blik naar de realiteit te kijken. Voor mij was deze manier van werken een cultuurschok. Ik had dicht bij de politiek gewerkt en geleerd om in oplossingen te denken. Dit was een duik in de onderbuik van de samenleving. Daarin bekeek je eerst de 'shit' voor je hem probeerde op te ruimen, zoals een collega het plastisch uitdrukte.

## **Van verbreding naar verdieping**

Het anders leren kijken naar de werkelijkheid kreeg onverwachts een verdieping toen mijn leven op een bruuske manier tot stilstand kwam. Een ongeluk met een zware whiplash als gevolg, wierp me terug op mezelf. Door pijn en extreme vermoeidheid, kon ik niets meer doen. Mijn wereld stortte in. Mijn overvolle agenda lag op tafel en als ik er naar keek, besepte ik dat mijn oude wereld niet meer terug zou komen. Al de afspraken en boeiende ontmoetingen vielen opeens weg. Naast mijn werk in de veiligheidsdienst was ik in mijn vrije tijd bestuursvoorzitter van een stichting voor mensen met een verstandelijke handicap. Het slokte al mijn tijd op, maar ik deed het met veel plezier. Intussen was ik een echte 'workaholic' geworden. Ik maakte carrière en mensen keken naar mij op. Dat streelde mijn ego. Het gaf mij ook de kans luxe artikelen te kopen zoals dure kleding en om verre reizen te maken, waarvan ik genoot. Maar dat alles zou nooit meer terugkomen, zo dacht ik toen. Door de whiplash klachten moest ik uren rusten op bed. Zelfs de gewone dagelijkse dingen, zoals koken, bed opmaken en tv kijken, bleken in het begin onmogelijk. Ik wist niet of ik ooit nog een normaal leven zou kunnen leiden. Het werd een zoektocht naar het leren omgaan met alle beperkingen.

In die periode was ik in begeleiding bij een soefi-meester.<sup>1</sup> Hij was een grote steun. Hij bleef mij aanmoedigen om de open houding aan te nemen, om de realiteit van de whiplash te erkennen en het verzet tegen de pijn en vermoeidheid los te laten. Om iedere dag open te staan voor het leven zoals het zich aandienende. Als ik niet in staat was om boodschappen te doen of een telefoontje te plegen, dat los te laten en veel te rusten. Ook adviseerde hij om te bidden en mij toe te vertrouwen aan de Bron. Ik probeerde zijn adviezen op te volgen door in het 'nu' te leven en niet teveel vooruit te kijken. Naast het bidden en mediteren luisterde ik vaak naar orthodoxe muziek. De donkere nacht duurde enkele jaren, maar ondertussen kwam er een proces op gang. Ik kwam in contact met een onderstroom van vrede te midden van de vele beperkingen. Dat hielp mij door de moeilijke periode heen te komen. Geleidelijk aan namen de klachten af. Ik hervatte mijn werk en dankzij de steun van collega's ging dat steeds beter. Ik kon voortbouwen aan mijn loopbaan.

## **Innovatiecentrum**

Mijn zoektocht begon pas echt toen ik één van mijn leukste banen kreeg bij de overheid. Als leidinggevende van een innovatiecentrum mocht ik mij dagelijks bezighouden met het stimuleren van vernieuwingen. Het was boeiend werk. Het hielp mij om een brede blik te ontwikkelen omdat ik veel mensen ontmoette die met maatschappelijke vernieuwingen bezig waren. Maar toch begon ik juist in die periode

---

<sup>1</sup> Soefisme is een mystieke stroming in de islam.

een gemis aan verbinding te ervaren. Dat was vreemd omdat ik juist in mijn werk veel bezig was met samenwerking tussen organisaties en het ontwikkelen van nieuwe vormen daarvan. Ik kwam in contact met vele management theorieën die gingen over verbinding. Maar ze duikelden over elkaar heen. De ene theorie was nog niet door de organisatie toegepast of er werden al plannen gemaakt voor de uitvoering van een volgende. Ondertussen moesten vele veranderingen plaatsvinden. Die waren amper doorgevoerd of het volgende managementconcept stond al op de stoep, dat verkondigd werd als nóg beter.

Bij mij groeide het besef dat die theorieën allemaal stukjes van de werkelijkheid waren. Ze waren allemaal 'waar' en nodig, maar het was iedere keer slechts één facet. Eén facet van een diamant waar je vanaf verschillende kanten naar kunt kijken. Maar ik was op zoek naar iets dat me zou helpen om de hele diamant te zien, om het grotere geheel te zien. Mensen werden al die veranderingen en vernieuwingen ook ontzettend moe. Er was nooit rust. Er moesten bergen werk verzet worden en uiteindelijk was er niet echt iets veranderd. Het waren 'bergen die muizen baarden', zoals een Afrikaans spreekwoord zegt. Veel vernieuwingen bleken oppervlakkig, ze gingen niet diep genoeg.

In die periode werkten we vanuit het innovatiecentrum aan een boek over verbindend leiderschap. Het boek ging over het leren omgaan met paradoxen, zoals sturen én loslaten, vernieuwen én beheersen. Maar ik miste iets en kwam zelf in een paradoxaal spanningsveld terecht. Te midden van al de vernieuwingen en veranderingen werd de vraag naar iets blijvends steeds sterker. Ik begon steeds meer te zoeken naar de essentie: 'Is er niet iets diepers, iets wat blijvend is en onvergankelijk? Iets waar ik altijd op kan terugvallen om mij richting te geven? Iets waar ik op kan steunen als het echt moeilijk wordt? Zoiets als een stok. Als je op een glibberig pad loopt of je beklimt een berg dan is het heel praktisch een stok bij je te hebben die je steun biedt. Het lopen moet jezelf doen, maar die stok helpt je om overeind te blijven.' Zo was ik op zoek naar iets, naar iets gemeenschappelijks onder al die theorieën. Naar iets wat we allemaal met elkaar delen en van waaruit we de dingen samen kunnen doen.

### **Overstap naar het Minnehof**

Hoewel uiterlijk alles succesvol verliep, ervoer ik van binnen een leegte. Ik had mijn talenten ten volle kunnen uitleven, maar de onvrede nam toe, een zielsbenauwdheid maakte zich van mij meester. Ik besloot dat het nu echt tijd werd om naar mijn ziel te luisteren. Ik vroeg mensen om raad en via hen leerde ik in 2004 Ria kennen. Al vlug bleek dat we dezelfde droom deelden. Ria wilde meer maatschappelijk betrokken zijn vanuit meditatie en verstillig. Ik wilde meer vanuit een spirituele houding bijdragen

aan maatschappelijke vernieuwing. Een jaar later nam ik ontslag en verhuisde naar België om samen met Ria het Minnehof<sup>2</sup> uit te bouwen.

## De zoektocht van Ria

### In de stilte van een klooster

Tijdens mijn studie godsdienstwetenschappen kwam ik voor het eerst in contact met meditatie. De monnik Jeroen Witkam, toentertijd de abt van de Trappisten-abdij van Zundert, introduceerde mij in de zenmeditatie. Dit bracht een radicale ommekeer teweeg in mijn leven. Terwijl ik er altijd van droomde om mensen en groepen te begeleiden, kreeg ik een sterk verlangen om mijn meditatiepraktijk te verdiepen en de stilte op te zoeken. Ik had ondertussen een Trappistinnen-abdij leren kennen en voelde me aangetrokken tot het monastieke leven van gebed en meditatie, eenvoud en handenarbeid.<sup>3</sup> Dit verlangen riep echter ook verzet op in mezelf. Ik was immers een levensgenieter en hield van vriendschap en sociale contacten. Toen ik na vier jaar zoeken en twijfelen toch toegaf aan dit monastieke verlangen, reageerden mijn vrienden met verbazing. Ze sloten zelfs een weddenschap af hoe lang ik het zou uithouden in het klooster. De meesten waren ervan overtuigd dat ik binnen zes maanden terug zou zijn. Maar ik bleef er vijf jaar. Na een waardevolle periode van intense spirituele training, kreeg ik de kans om mijn monastiek leven voort te zetten in India.

### Interreligieus avontuur in India

In Zuid-India werkte ik mee aan de oprichting van een ashram voor vrouwen.<sup>4</sup> Ter voorbereiding van dit project verbleef ik een jaar in de ashram van Bede Griffiths, een christelijke monnik en interreligieuze pionier. De ashram van Bede Griffiths was een plek van meditatie en gebed, studie en handenarbeid. Door zijn boeken waarin hij over de universele wijsheid in religies schrijft, ontstond er een internationaal netwerk van mensen die zich geïnspireerd voelden door zijn visie. De ashram was daarom ook een boeiende ontmoetingsplek voor internationale gasten, voor wetenschappers, maatschappelijke leiders, schrijvers, kunstenaars en vele zoekende westerlingen. Vanuit verstilling werden nieuwe ideeën, dromen en maatschappelijke initiatieven met elkaar gedeeld. Mijn verblijf in deze ashram opende mijn hart voor de creatieve en verbindende kracht van interreligieuze spiritualiteit.

---

2 Het Minnehof ([www.minnehof.be](http://www.minnehof.be)) in het Begijnhof van Brugge is een centrum voor contemplatieve levenskunst, opgericht door Ria in 2003, waar we contemplatieve trainingen geven. Lees meer hierover in de epiloog.

3 Trappisten (en trappistinnen) zijn een kloosterorde van monniken die helemaal gewijd is aan het godzoeken in gebed en meditatie, handenarbeid en gastvrijheid. Zij volgen de regel van Sint Benedictus.

4 Ashram is de Indische naam voor een monastieke gemeenschap.

### **Meditatiecentrum in Londen**

Op het einde van mijn verblijf in India kreeg ik een aanbod van Laurence Freeman, de geestelijke bezieler van de internationale christelijke meditatiebeweging, om mee te werken in hun centrum in Londen. In deze bruisende stad werd mijn roeping langzaam duidelijker. Tijdens mijn kloostertijd had ik vele uren doorgebracht in de bibliotheek om de levensverhalen van mystieke persoonlijkheden te bestuderen. Wat mij toen opviel was dat vele mystici ook maatschappelijke vernieuwers waren, die belangrijke veranderingen in de samenleving hadden teweeggebracht. Hun inspiratie en daadkracht kwamen voort uit de vele momenten van verstillings, van gebed en meditatie. De verbinding tussen ziel en zakelijkheid, contemplatie en actie begon mij steeds meer te boeien. Maar hoe kon ik deze verbinding vormgeven? Ik had het gevoel dat ik in een eenzijdige spirituele wereld leefde en kwam in een crisis terecht. Door een boeddhistisch geïnspireerde opleiding in psychotherapie te volgen, kwam ik in contact met de levenswijsheid van de Boeddha en de helende kracht van het mededogen. Hierdoor kreeg mijn leven een nieuwe wending.

### **Het Minnehof in Brugge**

Door het pad van het mededogen te volgen, kwam ik in een innerlijk helingsproces terecht. Dit proces 'van wonde naar verwondering' beschreef ik in een boek, dat in het jaar 2000 verscheen. Ondertussen was ik naar België teruggekeerd. Ik begon meditatiesessies te geven en retraites die gebaseerd waren op de inhoud van mijn boek. In 2003 kreeg ik de kans om het Minnehof, een eigen centrum, op te richten in het Begijnhof van Brugge. Een droom werd werkelijkheid en toch miste ik iets. Het vervulde mij niet om alleen maar retraites te geven en mensen onder te dompelen in het warme bad van de spirituele ervaring. Na een retraite keek ik 's avonds naar het tv-nieuws en werd ik geconfronteerd met de realiteit van crisis, onrechtvaardigheid, oorlog en geweld. Vele vragen kwamen in mij op: 'Wat doe ik om de wereld beter te maken? Door mild te zijn naar mezelf en anderen, door te bidden en te mediteren ontwikkel ik een grondhouding om stevig in de wereld te staan, maar is dat genoeg? Bestaat er geen brug tussen deze grondhouding en maatschappelijke verandering? Door retraites te organiseren, geef ik anderen de kans om zich te bezinnen, maar is dat genoeg? Kan het Minnehof geen centrum worden om spiritualiteit en maatschappelijke betrokkenheid te verbinden? Hoe kan ik dit verlangen verwezenlijken?' Het werd een eenzame zoektocht tot ik Diet ontmoette. Al vlug werd duidelijk dat we hetzelfde verlangen deelden. Onze dromen raakten elkaar.

### **De vruchten van onze zoektocht**

Ondertussen zijn we tien jaar verder. De vruchten van onze gezamenlijke zoektocht geven we weer in dit boek. Het zijn vruchten die veel tijd nodig hadden om te

rijpen. Na onze eerste ontmoeting zou het nog vele jaren duren voor we tot een gemeenschappelijke visie kwamen. Het waren jaren van samen zoeken en vaak in het niet-weten vertoeven. Het transformatieproces dat we in dit boek beschrijven, moesten we eerst zelf tot op de bodem doorleven. Lang hebben we geworsteld om een nieuwe en gezamenlijke taal te vinden. Ieder kwam immers uit een andere ervaringswereld met een eigen cultuur. Terwijl het zakelijke en politieke taalgebruik voor Diet vertrouwd was, maakte Ria vooral gebruik van de psychologische en religieuze woordkeuze.<sup>5</sup> Het was niet gemakkelijk ziel en zakelijkheid met elkaar te verbinden. Na veel studie, reflectie en het spiegelen van onze ervaringen in het licht van de wijsheidstradities, kwamen we tenslotte tot een visie waarin we ons beiden konden herkennen.

---

<sup>5</sup> Ieder heeft ook een eigen taalgebruik, omdat we uit verschillende landen komen. Diet komt uit Nederland en Ria uit België. We kiezen er echter voor zo authentiek mogelijk te blijven en de typisch Vlaamse en ook Nederlandse uitdrukkingen ongecorrigeerd te laten samengaan in het boek.



# INLEIDING

---

## **Opbouw van het boek**

Dit boek omvat drie delen. In het eerste deel bespreken we de universele wijsheid die we vinden in de grote spirituele tradities. Deze wijsheid gaat over **de Essentie**. Het verwijst naar 'wie we ten diepste zijn', naar de stille ruimte voorbij het denken waar we openheid en mededogen zijn. Hier zijn wij verbonden met alle levende wezens en geborgen in het Bestaansmysterie, de Bron van alle leven.

In deel 2 gaan we in op de vraag **hoe we ons kunnen afstemmen op de Essentie**. We gaan dieper in op de scheppende overgave als overgave aan de stroom van het leven en overgave aan de Bron van het leven. Het beleven van de open houding en de devotionele houding maakt de creatieve krachten vrij die in de ziel verborgen zitten.

Deel 3 is het praktische gedeelte: **hoe kunnen we vanuit de Essentie maatschappelijk betrokken zijn?** Vanuit de verbondenheid die we op zielsniveau ervaren, willen we op een unieke manier onze bijdrage leveren aan de wereld. De kunst om de scheppende overgave in de praktijk te brengen, noemen we de contemplatieve levenskunst. Het is de kunst om vanuit een heldere geest en een open hart dienstbaar te zijn aan anderen.

## **Korte inhoud van het boek**

Het boek is een compilatie van theorie, persoonlijke ervaringen en praktijk. In het eerste deel ligt het accent op de theorie. Oude en moderne spirituele inzichten worden hierin uitgediept. Dit deel kan gebruikt worden als studiemateriaal. In het tweede en het derde deel vind je een combinatie van inzichten, persoonlijke getuigenissen en praktische vaardigheden. Deze delen bieden handvaten om zelf aan de slag te gaan.

## ***Deel 1: universele wijsheid***

### **De wijsheid van de boom**

In **hoofdstuk 1** gebruiken we het beeld van de boom om de universele wijsheid te verhelderen. Een boom groeit en wordt vruchtbaar wanneer de scheppende energie vrij kan doorstromen vanuit de grond naar de wortels, de stam en de takken. De mens is als een boom. De takken symboliseren de relatie met anderen. De stam staat voor de relatie met jezelf (de persoonlijkheid/het ego) en de wortels symboliseren het wezenlijke zelf (de ziel). De wortels zitten verborgen in de grond, zo is de mens

op zielsniveau geborgen in de Oergrond van het bestaan. De boom ontvangt zijn groeikracht vanuit de omgeving en de aarde. Zo ontvangt de mens zijn levensenergie vanuit de verbondenheid met anderen en de Bestaansgrond. Als we ons alleen richten naar de buitenwereld en de ziel verwaarlozen, belemmeren we de vrije doorstroming van de levenskracht. In de scheppende overgave maken we verbinding met wie we ten diepste zijn en stemmen we ons af op de Essentie. Vandaar uit kan de scheppende energie doorstromen tot in ons handelen.

### **Boeddha en Jezus**

In **hoofdstuk 2 en 3** richten we onze blik naar twee van de grootste leermeesters die de mensheid ooit heeft gekend. We verdiepen ons in de wijsheid van Boeddha en Jezus. Hoe spreken zij over de Essentie en welk transformatiepad bieden zij aan? Steeds meer mensen voelen zich aangetrokken tot beide leraren. De openheid voor hun wijsheid biedt kansen tot verruiming en verdieping. Dit laten we zien aan de hand van persoonlijke ervaringen uit het leven van Ria. In **hoofdstuk 2** beschrijven we het levensverhaal en de edele waarheden van de Boeddha. In **hoofdstuk 3** gaan we in op de huidige paradigma-verschuiving in het christendom. We belichten de boodschap en de persoon van Jezus vanuit het universele perspectief van de erfzegen.

### **Een paradigma-verschuiving in het christendom**

Wanneer verstarde dogma's en beperkte godsbeelden afbrokkelen, komt er ruimte voor iets nieuws. Dit zien we vandaag gebeuren. De huidige vernieuwing in het religieuze denken beschrijven wij als een paradigma-verschuiving van zonde naar zegen. Deze nieuwe bewustwording die tevens oeroud is, noemen wij de erfzegen. De erfzegen verwijst naar de ervaring van ten diepste gezegend zijn. Elke mens is in zijn diepste kern stralende openheid en stromende liefde. De erfzegen is ons erfdeel, we bezitten die al, we moeten het niet verdienen. Het is een universele ervaring die we terugvinden bij alle mystici. Afhankelijk van de religieuze en culturele achtergrond, benoemt ieder de erfzegen op een eigen manier. Zo spreekt men in het boeddhisme over de ware natuur van de geest of de boeddhanatuur. In het hindoeïsme benoemt men het als atman of het ware zelf. De christelijke mystici gebruiken de termen ziel of heilige geest. Het is niet onze bedoeling deze religieuze begrippen met elkaar te vermengen. Ze verwijzen naar een gemeenschappelijke beleving van de Essentie, die iedere religie op een andere manier en vanuit eigen accenten tot uitdrukking brengt.

In **hoofdstuk 4** gaan we in op enkele raakpunten en overeenkomsten tussen de wijsheid van Boeddha en de wijsheid van Jezus. Beide grondleggers zijn complementair. We kunnen ze vergelijken met twee sterke bomen, verschillend van elkaar, maar geworteld in dezelfde Oergrond van het bestaan.

## **Deel 2: Scheppende overgave**

Hoe kunnen we ons afstemmen op de Essentie? In dit deel verdiepen we het thema van de scheppende overgave. Het gaat hier om een houding van openheid voor de totaliteit van het bestaan. De traditionele oosterse religies leggen het accent op de 'open houding' of de overgave aan de stroom van het leven. De traditionele westerse religies leggen het accent op de 'devotionele houding' of de overgave aan de Bron van het leven. De integratie van beide vormen van overgave noemen we de scheppende overgave. Het maakt de scheppende krachten vrij die in de ziel verborgen zitten. Zo kunnen we onze unieke taak in de wereld vervullen.

### **Overgave aan de stroom van het leven**

**Hoofdstuk 5** gaat over de 'overgave aan de stroom van het leven': de kunst van bewust aanwezig zijn in het hier en nu. De stroom van het leven is niet altijd rustig en harmonieus, deze wordt vaak onderbroken door rotsen en watervallen. In de overgave aan de levensstroom gaat het vooral om een andere houding naar ongemak, pijn en lijden. Hier zullen we uitvoerig op ingaan vanuit de wijsheid van Boeddha en de zaligsprekingen van Jezus. We besteden ook uitgebreid aandacht aan de begrippen 'ego' en 'egokramp'. Wanneer we het verzet naar de werkelijkheid loslaten, laten we de egokramp los en scheppen we ruimte voor het wezenlijke zelf.

### **Overgave aan de Bron van het leven**

In **hoofdstuk 6** gaan we in op de devotionele houding. We doen dit in de vorm van een interview waarin we elkaar bevragen. De overgave aan de Bron van het leven verwijst naar de houding van ontvankelijkheid, van openheid voor de transcendente dimensie van het bestaan, het grote Hart van Mededogen. De Ultieme Werkelijkheid is bewustzijn en liefde. Vandaar dat het spirituele leven zowel een bewustzijnsavontuur is als een liefdesavontuur. Het is een paradoxaal avontuur van scheppen en laten gebeuren, van handelen vanuit de eigen draagkracht en je ook laten dragen.

### **De integratie van hoofd, hart en handen**

De scheppende overgave leidt naar een integratie van hoofd, hart en handen. Dit betekent dat we vanuit een heldere geest en een open hart maatschappelijk betrokken zijn. Vanuit een kritische belichting van de moderne spirituele bewegingen, verhelderen we het belang van hoofd, hart en handen in **hoofdstuk 7**.

### **Deel 3: De contemplatieve levenskunst**

De kunst om de scheppende overgave in praktijk te brengen, de kunst om hoofd, hart en handen te verbinden, noemen we de contemplatieve levenskunst.

#### **Het ABC van de contemplatieve levenskunst**

Hoe geven we handen en voeten aan de scheppende overgave? Hoe stemmen we ons af op de Essentie om van daaruit dienstbaar te zijn? De verschillende religieuze tradities geven verschillende antwoorden. Hoe ver deze tradities ook in de leer van elkaar verwijderd zijn, in de beleving van de spirituele paden en de praktische vaardigheden zien we raakpunten en overeenkomsten. In **hoofdstuk 8** brengen we deze vaardigheden samen in het ABC van de contemplatieve levenskunst. De **A** verwijst naar het belang van adem, aandacht en aarden. Met **B** verwijzen we naar het belang van bewegen, bidden en buigen. Zo komen we bij de **C** van compassie en creativiteit.

#### **Ritme, ruimte, richting**

De beoefening van het ABC van de contemplatieve levenskunst brengt ons in een proces van ritme, ruimte, richting. Ritme aanbrengen in het leven betekent koorddansen tussen 'zijn' en 'doen'. Wie het ritme respecteert komt bij de innerlijke ruimte van de ziel en stemt zich af op de Essentie. Het is vanuit de innerlijke ruimte dat de richting zich ontvouwt voor het handelen. Door telkens opnieuw het proces van ritme, ruimte, richting te doorlopen, ontwikkelen we innerlijke leiderschap. We laten ons niet meer leiden door de kramp van het ego, maar door de scheppende kracht van de ziel. Ieder mens is ertoe geroepen innerlijk leiderschap te ontwikkelen. Elke mens heeft immers de roeping om een vonk van de Essentie op zijn eigen wijze in de vorm te zetten.

#### **Contemplatief leiderschap**

In **hoofdstuk 10** onderzoeken we het belang van contemplatieve levenskunst voor leiders van vandaag, voor hen die een maatschappelijke verantwoordelijkheid dragen. We verhelderen het contemplatief leiderschap aan de hand van het levensverhaal van Béla Hatvany, een pionier op het gebied van informatisering die aan de basis stond van de ontwikkeling van de eerste CD-rom.<sup>6</sup> Een contemplatief leider geeft leiding vanuit de verbinding met zichzelf en de afstemming op de Essentie. Door zijn open houding schept hij ruimte voor anderen om bij hun eigen bron van wijsheid en

---

<sup>6</sup> Béla Hatvany en zijn vrouw Ellen, vrienden van Ria, hebben we samen geïnterviewd in hun huis in Zuid-Frankrijk. Vanuit dit interview hebben we hun levensverhaal opgesteld, dat we met hun toestemming in dit boek publiceren.

creativiteit te komen. Zo creëert hij vertrouwen wat leidt naar betere samenwerking en dienstbaarheid. Een contemplatief leider is een verbindend leider die kan inspireren en bemoedigen. Hij/zij laat zich niet meer leiden door de kramp van het ego, maar door de scheppende kracht van de ziel.

### **Contemplatieve training en netwerk**

In de **epiloog** geven we een korte beschrijving van ons centrum, het Minnehof in het Begijnhof van Brugge, waar we contemplatieve trainingen geven. We sluiten het boek af met onze wens om samen met anderen de contemplatieve levenskunst verder te ontwikkelen. Daartoe hebben we een netwerk opgericht. Het is een netwerk waarin tochtgenoten elkaar ontmoeten en inspireren om de contemplatieve levenskunst verder te ontwikkelen en toe te passen in de samenleving.

## Over de auteurs



### Ria Weyens

Ria behaalde haar licentiate godsdienstwetenschappen aan de universiteit van Leuven. Na een monastieke vorming in België verbleef zij vijf jaar in Zuid-India, als mede-oprichtster van een christelijke ashram. Daarna verbleef zij enkele jaren in het internationale christelijke meditatiecentrum in Londen, waar zij meewerkte aan het meditatie onderricht. Zij volgde in Engeland een boeddhistisch geïnspireerde psychotherapeutische opleiding. Zij is initiatiefneemster van het Minnehof, een centrum voor contemplatieve levenskunst in het Begijnhof van Brugge.

Ria Weyens is auteur van het boek *'Van wonde naar verwondering: hoe omgaan met innerlijke pijn'*. (Uitgeverij Carmelitana, Gent, 2000, vijfde druk 2006).



### Diet van Borselen

Na haar studie culturele antropologie aan de universiteit van Utrecht oefende Diet verschillende leidinggevende functies uit bij de Nederlandse overheid. Zij werkte o.a. in de veiligheidsdienst waar zij zich bezighield met terrorismebestrijding en beveiliging van informatiesystemen. Daarna zette zij een innovatiecentrum op dat diverse overheidsorganisaties in Nederland gestimuleerd heeft tot vernieuwing en samenwerking. Diet is christelijk opgevoed en heeft een training ontvangen in de soefi-levenshouding en -meditatie. In 2006 maakte zij de overstap naar Brugge om samen met Ria het Minnehof verder uit te bouwen.

[www.minnehof.be](http://www.minnehof.be)